MH95D2437-1

여성을 위한 지침서

질 높은 유방조영술

질 높은 유방X선사진 검사에 대해 알아야 할 사항

Office of Minority Health
Resource Center
PO Box 37337
Washington, DC 20013-7337

소비자 판
임상 행동 지침서
번호 13

유방X선사진이란?

유방X선사진은 안전하고, 저선량인 유방의 X선 사진입니다.

유방X선사진은 유방조영술시에 찍으며, 유방조영술 검사에는 투사식과 진단식의 두 가지가 있습니다.

투사식은 유방암을 검출하는데 신속하고 용이한 방법으로서 조기 발견시에는 치료가 더욱 효과적이며 생존율이 높습니다. 일반적으로 유방당 두 개의 X선 사진이 찍어지며 후에 X선 사진을 감별하는데 특별히 훈련된 방사선과전문의가 검사합니다.

투사식은 50세 이상 여성의 유방암으로 인한 치사율을 낮춘다고 일반적으로 알려져 있습니다. 50세 미만 여성에 대한 투사식의 유용성에는 여러 다른 견해가 있습니다.

투사식은 귀하의 의사나 다른 의료기관이 권유하는 데로 되도록이면 자주하십시오. 투사식은 유방에 덩어리가 느껴지기 오래 전에 미리 유방의 변화를 보여줄 수 있습니다.

진단식은 문제가 있다고 느껴질 때 사용되며, 또한 유방이식수술로 인해 선명한 사진을 얻기 힘들때와 같은 특별한 상황에 사용됩니다. 진단식은 대개 X선 사진을 더 많이 찍기 때문에 투사식 보다는 시간이 좀 더 걸립니다. 방사선과전문의는 귀하가 기다리는 동안에 X선 사진을 검사할 수도 있습니다.

본 책자는 미 식품의약품국(Food and Drug Administration)의 도움으로 건강보건정책연구소(Agency for Health Care Policy and Research)에서 발행했습니다.

질 높은 유방X선사진 검사에 대해 알아야 할 사항

여성을 위한 지침서

본 책자의 목적

본 책자는 최고의 유방X선사진 검사를 받도록 도와드릴 수 있습니다. 이에 대한 정보를 아는 것은 유방X선사진 검사를 받기 전, 받은 후나 받는 동안에 질 높고 신뢰할 수 있는 결과를 얻도록 의료진과 같이 일할 수 있게 도와줍니다.

많은 의료기관들이 귀하의 유방건강을 유지하기 위해 도와드릴 수 있습니다. 의사, 전문간호사 및 의사보조원들이 유방 진단을 해드리며, 적절할 때 유방조영술을 받도록 권유해드리고, 필요할 때에는 검사를 더 받도록 도와드립니다. 본 책자에서는, 가독성을 높이기 위해 "의사"라는 단어를 쓰지만 다른 의료기관들도 질 높은 진료를 제공해 드릴 수 있습니다.

유방조영술 실행 장소에서, X선 사진을 찍는 사람(방사선기술사), 방사선과전문의 및 모든 의료장비의 최고 성능을 유지하는 관리유지인 등은 유방조영술에 관한 특별 교육을 받은 사람들입니다. 이들은 귀하께서 최고의 유방X선사진 검사를 받도록 한 팀으로 일합니다.

유방X선사진 검사를 받은 후, 귀하의 의사는 유방조영술 결과를 받습니다. 귀하의 의사에게서나 유방조영술 실행 장소에서 검사 결과를 꼭 받으십시오.

검사 결과 및 어떠한 차후 조치가 있는지를 이해해야 하며 의문이 있으시면 서슴치 말고 질문하십시오.

본 책자내의 7 단계 과정을 따르면 귀하의 유방을 건강하게 유지할 수 있습니다. 잘 읽으셔서 유방조영술의 모든 단계에 필요한 지식을 얻으십시오.

유방 건강을 위한 7 단계 과정

1. 정규 검사를 받으십시오.

이것은 귀하의 유방을 건강하게 보호할 수 있는 가장 중요한 방법입니다.

- 의사에게 정규 신체검사를 받을 때 유방 검사도 받으십시오.
- 의사가 권하는 데로 자주 유방X선사진 검사를 받으십시오. 다음번 유방X선사진 검사 스케줄을 귀하의 의사에게 물어보십시오.
- 유방을 매달 자가 검진하십시오. 의사가 어떻게 하는 지를 가르쳐줄 수 있습니다.

위의 세 가지 검사는 정상일 때의 유방의 상태와 문제가 있을 때의 유방에 나타나는 증세가 무엇인지를 귀하와 귀하의 의사에게 알려줍니다.

다음을 발견하면 의사에게 연락하십시오.

- 유방에 덩어리나 조밀화가 생길 때
- 유두에서 분비물이 나와 브라자나 이불에 묻을 때
- 유방의 피부색 변화 때

이러한 변화는 정상일 수도 있으나 항상 즉시로 검사를 받으십시오.

2. 질 높은 의료기관을 선택하십시오.

많은 병원, 클리닉 및 영상 혹은 X선 센터들이 유방조영술을 실시합니다. 이동 병원(주로 밴)은 쇼핑몰, 커뮤니티센터 및 사무실 등에서 투사식을 제공합니다. 이 모든 의료기관은 높은 질의 기준을 가지고 있어야 합니다.

귀하의 의사가 특정의 유방조영술 의료기관을 권유할 수도 있습니다. 혹은 귀하께 가장 편리한 의료기관을 선택하셔도 됩니다.

군인건강관리국(Veterans Health Administration)을 제외하고는 귀하께서 선택하는 유방조영술 의료기관이 식품의약품국(Food and Drug Administration)의 승인을 받았는지를 확인하십시오

1994년 10월 1일 부로 발효된 유방조영술 질표준 법안(Mammography Quality Standards Act)이라는 새 법은 군인건강관리국(Veterans Health Administration)을 제외한 모든 유방조영술 의료기관은 식품의약품국(Food and Drug Administration)의 승인을 받도록 규정하고 있습니다. 승인을 받으려면, 의료 기관들은 장비 사용, 고용인 및 서류 보관 등에 적절한 기준을 통과해야 합니다. 군인건강관리국 (Veterans Health Administration)은 식품의약품국(Food and Drug Administration)과 흡사한 높은 질의 유방조영술 프로그램을 가지고 있습니다.

만약 특정 의료기관이 식품의약품국(Food and Drug Administration)의 승인을 받지 않았다면 승인을 받은 기관에서 유방X선사진 검사를 받으십시오.

승인된 유방조영술 의료기관을 찾으려면 귀하의 의사나 전국 암 협회 (National Cancer Institute)의 암 정보 서비스(Cancer Information Service) 무료전화 800-4-CANCER로 문의하십시오.

유방조영술 의료기관에 가시면 식품의약품국 (Food and Drug Administration)에 의해 승인된 기관이라는 증명서를 찾아보십시오. 잘 보이는 곳에 전시하도록 되어 있습니다.

3. 귀하의 유방에 통증이 가장 적을 때 유방X선사진 검사를 받으십시오.

유방조영술시에 몇 초 동안 유방은 두개의 투명한 플라스틱판에 의해 압박이 가해집니다. 그리하여 가장 적은 양의 X선으로 유방의 선명한 사진을 찍을 수 있습니다. 이것은 거북할 수도 있으며 어떤 여성들은 약간의 통증을 느끼기도 합니다.

유방이 예민하신 분은 달 중 유방에 통증이 가장 적을 때 유방X선사진을 찍도록 하십시오. 월경 바로 전 주에는 검사를 피해서 거북함을 줄이십시오.

4. 유방X선사진 검사를 스케줄할 때 중요한 정보를 받고 제공하십시오.

검사 시간 약속을 하실 때 유방조영술 의료기관이 필요로 하는 정보를 제공할 준비를 하십시오. 의료 기관은 검사시에 귀하에게 질문을 할 수 있으므로 유방X선사진 검사 하러 갈 때에 필요한 정보를 가지고 가시는 것이 좋을 것입니다. 요구하는 정보 사항은 다음과 같을 수도 있습니다.

- 귀하의 성명, 주소 및 전화번호
- 귀하의 나이

- 전에 유방X선사진 검사를 받은 의료기관의 이름, 주소 및 전화번호
- 가족내의 유방질병 여부
- 현재의 나쁜 증세나 증세 기간
- 과거의 유방질병, 유방조직생검 혹은 유방수술
- 유방 이식수술 여부
- 다른 개인 정보:
  - 임신중이거나 모유를 먹이고 있는지의 여부
  - 월경 주기 또는 폐경 시기
  - 유방X선사진 검사가 어려운 경우 (예: 주로 큰 유방 혹은 일어설 수 없을 경우)
- 귀하의 의사 성명, 주소 및 전화번호

검사 약속전 확인할 사항:

- 검사 결과를 언제 어떻게 알아볼 수 있는지에 관해
- 검사를 받기 위해서 무엇을 준비해야 하는지에 관해(더 자세한 정보는 이 책자의 8페이지를 참조하십시오.)

유방X선사진 검사를 하기 전 질문 사항이 있으면 의사 또는 유방조영술 의료기관에 문의하십시오.

5. 무엇을 기대해야 하는지 아십시오.

유방X선사진 검사중 무슨 일이 일어나는지를 이해하면 조바심을 줄일 수 있습니다. 유방조영술시 아주 적은 양의 방사선이 사용된다는 것을 아는 것은 매우 중요합니다.

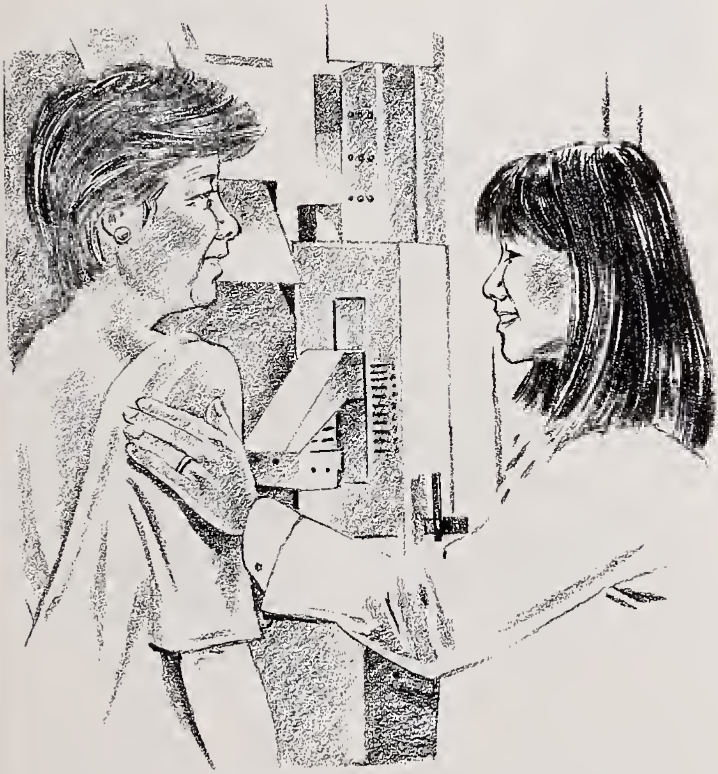
유방X선사진 검사시 귀하는 특별한 X선 기계 앞에 서게 됩니다. 방사선기술사는 X선 필름이 있는 선반에 각 유방을 들어서 위치시킵니다. 선반은 귀하의 키에 마추어 높이거나 낮출 수 있습니다.

그 다음 유방은 특별히 고안된 투명 플라스틱 판에 의해 서서히 선반으로 눌려집니다. X선에 의해 유방이 최대한 많이 찍히도록 몇 초 동안 약간의 압력이 가해집니다.

이 압력은 귀하의 유방에 무해합니다. 사실은 유방을 평평하게 함으로써 필요한 X선 투사량을 낮출 수 있습니다.

조사에 따르면 대부분의 여성들은 사진을 찍는데 필요한 짧은 시간 동안의 유방X선사진 검사가 통증을 주지는 않는다고 합니다. 긴장을 푸시고 그래도 압력이 통증을 유발하면 방사선기술사에게 중지할 것을 요청할 수 있습니다.

만약 유방의 어떤 부위에 문제가 있는 것으로 나타나면 방사선과전문의나 방사선기술사가 유방을 검사할 수도 있습니다.



6. 준비하고 오십시오.

- 상하의로 나누어진 의복을 착용하고 오셔서 상의만 벗도록 하십시오.
- 겨드랑이나 유방 주위에 방취제, 화장 파우더 혹은 로션을 바르지 마십시오. 이러한 것들은 X선 사진에 나타날 수 있습니다.
- 귀하의 의사 또는 다른 의료기관의 이름, 주소 및 전화번호를 가지고 오십시오.
- 유방X선사진 검사, 유방조직생검 또는 다른 유방 치료를 한 기관명 및 날짜 목록을 가지고 오십시오.
- 유방X선사진 검사를 한 다른 의료기관에 물어서 위의 목록을 가능하면 가지고 오십시오. 새로 찍은 유방X선사진과 전 사진을 비교해 어떤 차이가 있는지를 알아볼 수 있습니다.

또한 다음 사항들도 도움이 될 것입니다:

- 유방X선사진 검사 및 유방조영술에 관한 질문이 있으시면 질문 목록을 가지고 오십시오.
- 만약 여러 지시를 듣거나 이해하는 데 문제가 있을것 같으면 도와줄 친구나 가족을 동반십시오.
- 고통때문에 걱정이 되시면 유방X선사진 검사 1시간 전 약한 비처방 진통제를 복용하십시오. 유방X선사진 검사에 영향을 끼치지는 않을 것입니다.

만약 이해 못하는 점이 있으면 질문을 하십시오. 모든 질문에 확답을 받을 때까지 계속 질문하십시오.

7. 결과를 알아보는 것

귀하의 유방X선사진 검사 결과를 알아보는 것은 매우 중요합니다.

일반적으로 귀하의 유방X선사진 검사 결과는 정상일 것입니다. **그러나 검사 결과를 받지 않았다고 해서 귀하의 유방X선사진 검사 결과가 정상이라고 가정하지는 마십시오.** 만약 10일 내에

검사 결과를 받지 못했으면 의사에게 문의하거나 유방조영술 의료기관에 문의하십시오.

만약 귀하의 투사식 유방X선사진 검사가 비정상적인 결과를 조금이라도 나타내면, 곧 의사에게 어떠한 대책을 세워야 할지에 관해 문의하십시오. 귀하의 의사가 진단식 유방X선사진 검사를 예약할 수 있고, 혹은 귀하 자신이 직접 예약하실 수 있습니다 — 그러나 곧 검사를 받아야 한다는 것을 잊지마십시오. 결과를 의사와 상의하십시오.

진단식 유방X선사진 검사가 비정상인 결과를 나타낼때, 방사선과전문의는 다른 종류의 검사를 권할 수 있습니다. 유방조직생검은 현미경으로 관찰하기 위해 유방의 조직을 조금 채취하는 것입니다. 어떤 경우에는 유방X선사진 검사 결과가 정상 일지라도 의사가 귀하의 유방

검사중 문제가 발견되었을 때 유방조직생검이 필요할 수도 있습니다.

유방X선사진 검사를 통해 문제가 발견되거나, 혹은 검사의 필요성이 더 있을 때는:

- 다음 조치에 대해 알고 있는지를 확인하십시오.
- 어떤 검사든 검사 결과를 항상 알아보십시오.
- 만약 이해하기 힘들면 검사 결과에 대해 질문하십시오.

유방X선사진 검사 결과가 비정상일 때 현재 의사나 다른 진료제공자를 갖고 있지 않으면 의사를 찾아야 합니다. 유방조영술 의료기관에 물어 의사를 찾는데 도움을 받으십시오. 그 다음 검사 약속을 곧 해서 검사 결과에 대해 상의하고 다음 조치에 관해 지시를 받으십시오.

유방조영술은 매우 효과적이나 유방의 모든 질병을 검출해 내지는 않습니다. 만약 유방에 비정상적인 증세가 발견되면 의사에게 검사을 받으십시오.

귀하의 유방 건강은 귀하에게 달려있습니다:

- 의사가 권하는 데로 자주 투사식 유방X선사진 검사를 받으십시오.
- 귀하의 유방X선사진 검사 결과를 항상 알아보십시오.
- 다음 조치는 의사의 권유를 따르고 만약 필요하다면 진단식 유방X선사진 검사를 곧 스케줄 하십시오.
- 유방 검사를 정규 신체검사의 한 부분으로 실시하고 매달 귀하의 유방을 자가 검진하십시오.
- 만약에 유방에 덩어리, 혹은 변화가 느껴지면 바로 전의 유방X선사진 검사 결과가 정상 일지라도 곧 의사에게 검사를 받으십시오.

유방조영술에 관해 어떻게 더 알 수 있습니까?

대부분의 유방조영술 의료기관에는 유방 관리에 대한 책자나 비디오 테이프가 준비되어 있습니다. 유방X선사진 검사를 받으러 갈 때 책자를 읽거나 비디오를 볼 수 있습니다.

유방암 및 유방조영술에 관한 일반적인 정보는 다음으로 연락하십시오:

암 정보 서비스(Cancer Information Service-전국 암 협회 서비스의 한 부서)..............800-4-CANCER

Food and Drug Administration
MQSA Consumer Inquiries
1350 Piccard
(HFZ-240)
Rockville, MD 20850

미국 암 협회
(American Cancer Society)........................800-227-2345

유방X선사진 검사를 받을 때마다 이 페이지에 기록하십시오.-날짜, 의료기관명 및 주소, 전화번호

의사 또는 다른 진료제공자:

____

____

____

유방X선사진 검사 날짜:______________________

의료기관명:______________________

주소:______________________

전화번호:______________________

유방X선사진 검사 날짜:______________________

의료기관명:______________________

주소:______________________

전화번호:______________________

유방X선사진 검사 날짜:______________________

의료기관명:______________________

주소:______________________

전화번호:______________________

유방X선사진 검사 날짜:______________________

의료기관명:______________________

주소:______________________

전화번호:______________________

그 밖의 정보

이 책자내의 정보는 **임상 행동 지침서, 질 높은 유방조영술의 요소**(Clinical Practice Guideline, Quality Determinants of Mammography)를 기초로 한 것입니다. 이 지침서는 건강보건정책연구소 (Agency for Health Care Policy and Research)의 비국립 전문가들에 의해 개발되었습니다. 건강 문제에 관한 다른 지침서도 있으며 여러 가지가 더 개발되고 있습니다.

지침서들에 관한 더 자세한 정보나 이 책자를 더 받고 싶으시면 다음의 무료전화로 연락하십시오:

800-358-9295 (영어)

또는 다음의 주소로 편지하십시오.

Agency for Health Care
Policy and Research
Publications Clearinghouse
P.O. Box 8547
Silver Spring, MD 20907

전국아시아태평양노화연구센터

National Asian Pacific Center on Aging
Suite 914
1511 Third Avenue
Seattle, WA 98101-1626
(206) 624-1221

미국 보건사회부
국민건강서비스
건강보건정책연구소

U.S. Department of Health and Human Services
Public Health Service
Agency for Health Care Policy and Research
Executive Office Center, Suite 501
2101 East Jefferson Street
Rockville, MD 20852

AHCPR Publication No. 95-0638
August 1995

Korean